

*Enseñanzas sobre la transformación del pensamiento en tiempos del COVID-19*

*por Lama Zopa Rimpoché*

*Vídeo 47: Este perfecto renacimiento humano es tan precioso porque podemos guardar votos*

*Monasterio de Kopan, Katmandú, Nepal*

*22 de junio de 2020*

Transcrito en directo por Ven.Joan Nicell y Ven.Tenzin Tsomo,  
en el Monasterio de Kopan, 22 de junio de 2020.

Traducción simultánea desde el inglés por Ven.Tenzin Chöky.  
Transcrito al castellano por el Equipo del Centro Nagarjuna Valencia,

Octubre de 2020

© FPMT Inc., 2020

## *Vídeo 47: Este perfecto renacimiento humano es tan precioso porque podemos guardar votos*

Mis muy queridos, bondadosos, preciosos, joyas que satisfacéis los deseos, estudiantes, amigos, madres, padres, hermanos y hermanos, todos los SERES.

### **El propósito de practicar lo.jong es conducir a todos los seres a la felicidad sin igual**

Debido a esta situación con el virus, estamos teniendo todas estas enseñanzas, sobre lo.jong, transformación del pensamiento. Y van apareciendo diferentes temas. En realidad, yo no tengo tanto conocimiento pero, bueno, iré compartiendo estas enseñanzas que nos están hablando especialmente de usar estas circunstancias difíciles, la adversidad, lo que no te gusta, ya sea pequeño o grande, usarlo en el camino hacia la iluminación, hacia la felicidad. Y cuando decimos felicidad, no estamos hablando solo de la felicidad mundana, la felicidad temporal, sólo por unos pocos minutos, unas pocas horas, unos pocos minutos tienes paz y luego vuelves a los problemas. No es así. No sólo eso. Ni siquiera cuando hablo de felicidad me refiero a la felicidad última, la liberación del samsara. Ni siquiera eso. Ni siquiera eso. Sino en poder utilizar todas estas circunstancias en el camino hacia la felicidad sin igual, la iluminación completa, el cese total de las oscuridades y el logro de las realizaciones, para llevar allí, para dirigir, a los seres.

### **El tema importante es darse cuenta de cuál es el yo real y cuál es el falso yo**

Es decir, no es una felicidad sólo para ti, como cuando tomas drogas o alcohol para evadirte. No es de esta manera. Cuando uno toma drogas y demás, uno no controla su vida, más bien es al revés, uno está controlado por las drogas. Estás controlado por el alcohol, por los objetos de deseo. Estás totalmente bajo el control del deseo. Estás controlado por el deseo, estás controlado, sí, por tu enemigo, el deseo, sí, sobre todo el deseo, la ira, la ignorancia, el pensamiento egoísta, y luego la raíz, tu raíz de samsara, el *timug dendzin marigpa*, la ignorancia que se aferra al yo como real, que sostiene el yo como real. *Oh*, ése, ese es el tema. Tienes que saber, tienes que ser consciente de cuál es el verdadero yo y cuál es el falso yo en la vida. Ese es el punto clave en la vida. Ese es el gran tema, *oooooh*. Hemos estado creyendo en el verdadero yo, *waaaw*, toda la vida, desde el nacimiento, desde esta mañana. Desde los renacimientos sin principio, hemos vivido la vida con este concepto erróneo, aferrándonos a un yo como si existiera por sí mismo y debido a esto, *oooooooh*, *ssssh*, el sufrimiento samsárico. *Sssh. Lama khyen, lama khyen.*

### **Has experimentado los sufrimientos de los seis reinos desde renacimientos sin principio, pero no los recuerdas debido al gran cambio**

Y los sufrimientos de los seis reinos, los atravesamos desde renacimientos sin principio. Lo que sea que veas, insectos, animales, cualquier sufrimiento de la gente que veas, hemos pasado por eso.

Cualquier ser que ves sufriendo tú piensas «oh, soy un ser humano. No tengo nada que ver con eso», no, no es así. En realidad, tú has pasado por ese sufrimiento innumerables veces desde los renacimientos sin principio, pero no lo recuerdas. Ni siquiera yo recuerdo lo que comí ayer ni lo que hablé con la gente, es lo mismo. Lo que hice, lo olvidé, no lo recuerdo. De la misma forma, no tenemos memoria de vidas pasadas. Debido al gran cambio, debido a la ignorancia, a la polución de nuestra mente, no recordamos. Sí, así que es así. ¿Lo ves? Incluso yo lo olvidé, incluso las cosas de hoy a veces las olvido. Sí. *Bah, bah, bah.*

A menudo menciono lo importante que es este tema de la transformación del pensamiento. Es muy, muy importante. En Occidente, he señalado esto muchas veces, la gente pasa años o toda la vida probablemente para aprender sobre seis ballenas en el océano. Pasan todos los días allí a ver lo que hacen. O buscan un tipo de araña, muy, muy rara, para observar su comportamiento. Pasan su vida haciendo eso. *Bah, bah, bah.* Hay un sinnúmero de animales. Sólo hormigas, cuántos miles. Holly me envió un mensaje de cuántos miles, ¿cuántas?, varios miles, me olvidé de cuántas hormigas hay.

### **¿Acaso puede toda tu educación purificar tu karma negativo y rescatarte de los reinos inferiores?**

Cuando morimos, vamos a morir, la respiración se hace cada vez más corta, y vamos a morir y nunca nos lo hemos planteado realmente, nunca pensaste en eso, en que vas a morir. Aunque veas a tus padres muertos, a tus hermanos y hermanas muertos, la gente que te rodea muere, pero nunca piensas que tú mismo vas a morir. Entonces, de repente la respiración se detiene. Es una forma de hablar, pero ¿qué es lo que te va a beneficiar cuando mueras? ¿Toda esa educación tuya, te salva? ¿Te salva de no renacer en los reinos inferiores? ¿Te salva de purificar tu karma negativo para no tener que renacer en los reinos inferiores? No hay conexión y, sin embargo, no lo contemplas. Incluso si tienes un billón, zillón, trillón de dólares, ¿cuál es la conexión? No puedes llevarlo contigo.

### **Un rey y un mendigo son iguales cuando mueren, ninguno puede llevarse nada con ellos**

Lo que te va seguir es tu buen karma. Entonces sí, si tienes buen karma, eso es lo vas a poder disfrutar de felicidad en tus vidas futuras. Pero si lo que tienes es karma negativo, experimentarás sólo sufrimiento. Incluso si tienes un millón, billón, zillón de dólares, ni un solo céntimo puedes llevar contigo a la próxima vida. Como, por ejemplo, la historia de ese rey que tenía una riqueza increíble pero no puede llevarse ni un solo céntimo, ni un solo cabello o ni siquiera un átomo. Ni siquiera un solo átomo, no puedes llevártelo a la otra vida. Todo se tiene que quedar aquí. Nos vamos a separar de todo lo que tenemos. Y no habrá diferencia con el mendigo. El rey es lo mismo que el mendigo. La gente del mundo es como un mendigo, que tiene un solo bastón, pero tiene que dejarlo. Sólo tiene ése, pero incluso ése, tiene que dejarlo y lo deja. Se tiene que separar de él. Exactamente igual que el rey. No puede llevarlo a la otra vida. Ni siquiera un átomo, son iguales. Por lo tanto, son lo mismo cuando están muriendo, un rey y un mendigo. Esa es la naturaleza de nuestra vida. ¿Lo ves?

### Solo tu buen karma te dará alegrías en tu próxima vida

Lo que puedes llevar, lo que te va a permitir disfrutar en tu próxima vida, es sólo si practicas el dharma y has creado un buen karma. Así que, en esencia, es sólo si practicas la compasión hacia los seres, practicas la bondad amorosa, la compasión, la bodichita para beneficiar a los seres. Si practicas con una persona, o con un insecto, una hormiga, un mosquito, ni que decir si practicas con los innumerables seres. ¿Veis? Eso.

### Acumulas innumerables méritos solo por ver un objeto sagrado, incluso si no tienes devoción

Incluso, incluso aunque no tengas devoción, como ya he mencionado, sólo por ver un objeto sagrado, imágenes de Buda o estatuas -ya lo he mencionado, no voy a repetirlo- sin tener siquiera devoción, ¡los méritos que acumulas por ver un objeto sagrado! *Bah, bah, bah, bah, bah, bah. Woooooh, woooooh, woooooh.*

Unas cuantas veces mencioné, *bah, bah, bah*, sólo ver, *woooooh*, sin depender de la devoción, y eso es debido al poder del campo de mérito, el poder del objeto sagrado...

Ahora no recuerdo con exactitud las palabras de una cita que he mencionado varias veces, El *Sutra del mudra entrando en la generación del poder de la devoción* dice:.

འཇམ་དཔལ་རིགས་ཀྱི་སྲུང་མ། རིགས་ཀྱི་སྲུང་མ་གང་ལ་ལ་ཞིག་གིས་བསྐལ་བ་གསྐྱེའི་སྲུང་གི་བྱེ་མ་སྟོན་དུ་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་  
ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱལ་སྟོན་གྱི་རང་སངས་རྒྱས་དག་ལ་ཉིན་གཅིག་བཞིན་དུ་སྟོན་ཟེན་ལོ་བརྒྱ་དང་ལྷན་པ་བྱིན་པ་དང་། དེ་བཞིན་  
དུ་སྟོན་གོས་རྣམས་སྦྱིན་པ་བྱིན་པ་བས། འཇམ་དཔལ་རིགས་ཀྱི་སྲུང་མ། རིགས་ཀྱི་སྲུང་མ་གཞན་གང་ཞིག་གིས་སངས་རྒྱས་རི་  
མོར་བྲིས་པ་ལམ། གཟུགས་སུ་བྱས་པ་མཐོང་ན། འདི་ནི་དེ་བས་ཆེས་བསོད་ནམས་གངས་མེད་པར་སྦྱིན་ན། ཐལ་མོ་སྦྱོར་བ་  
འམ། མེ་རྟོག་གམ། བདུག་པ་ལམ། སྟོས་སམ། མར་མེ་འབྲུལ་བ་ལྷ་ཅི་སྟོས་ཏེ། འདི་ནི་དེ་བས་ཆེས་བསོད་ནམས་  
གངས་མེད་པར་སྦྱིན་ཏེ། ཞེས་གསུངས་སོ། <sup>1</sup>

**Buda dijo: "Manjushri, un hijo o hija de buen linaje, por eones iguales a los granos de arena del río Ganges, ofrece alimento divino de cien sabores y, del mismo modo, vestido divino todos los días a los budas solitarios que igualan los átomos de todo el universo, pero, Manjushri, cualquier otro hijo o hija de buen linaje que vea una pintura o estatua de un buda recoge innumerables méritos mayores. ¿Qué necesidad hay de mencionar que cualquiera que junte las palmas de las manos u ofrezca flores, aromas, incienso o luces colecciona innumerables méritos mayores que eso?**

Aunque cada día hagas ofrecimientos de ropajes divinos y comida divina durante tantos eones como granos de arena hay en el río Ganges. Durante todo ese número de eones, tantos como átomos de granos de arena de ese río Ganges, cada día ofreciendo néctar a los oyentes y realizadores solitarios,

<sup>1</sup> Lama Zopa Rimpoché mencionó esta cita en los vídeos 41 y 42, Monasterio de Kopan, junio de 2020.

arahats... *Bah, bah, bah*. Si haces esos ofrecimientos de tantos átomos del universo, a estos seres que están libres del samsara, imagínate los méritos que acumularías haciendo estos ofrecimientos durante tantos eones, *Bah, bah, bah*. *Lama khyen, lama khyen*. Pues. imagínate, por el mero hecho de ver una estatua o imagen de Buda, incluso sin devoción, acumulas muchos más.

**Por hacer ofrendas a un objeto sagrado, no renacerás en los reinos inferiores por 840 millones de eones.**

*(Rimpoché pregunta a una estudiante sobre los boles de agua que hay en su habitación)*

Rimpoché: Cecilia, antes había otra mujer ayudando con los ofrecimientos de agua, ¿cómo se llamaba?

Estudiantes: Magda.

Rimpoché: Cada día has estado haciendo ofrendas de agua, haciendo ofrendas de agua, pero no sólo una, muchas, no sólo una pequeña, muchas. Vaya. Así que, durante esta época de virus, que hay tanto peligro en el mundo, tantos millones, millones y millones de personas están tan asustados, pues por el mero hecho de hacer un ofrecimiento de una luz o un cuenco de agua a una estatua de Buda o una pintura de Buda, por ochocientos, ochocientos cuarenta millones de eones no renaces en los reinos inferiores.

Lo mencioné antes. Varias veces. Drangtse Palmo, una dama brahmana, Paldenma, ofreció, esparcido, polvo espolvoreado, *tsän dän*<sup>2</sup>, polvo de sándalo, en los pies del Buda. En los pies de Buda, polvo de sándalo fue esparcido, rociado por ella. Entonces Buda le predijo esto que se menciona en el *Bodisatva Miphampa*, que por ochocientos cuarenta millones de eones ella nunca renacería en los reinos inferiores. *Wow, wow, wow*.

Este verso ya lo mencioné y ¿por qué lo vuelvo a repetir? Recordad a esa mujer que ofreció polvo de sándalo a los pies de Buda y el Buda le dijo que debido a eso durante millones de eones nunca renacería en los reinos inferiores.

Por supuesto, por supuesto, tienes que saber que no es sólo eso, es todo lo que le ofreces a Buda, a una pintura de Buda, un cuadro de Buda. No estamos hablando sólo de un ser ordinario, un cuadro de Buda. Todo se convierte en una causa de iluminación. Todo se convierte en causa para lograr la budeidad. El cuerpo santo de Buda, el habla sagrada tiene infinitas cualidades, y la mente santa tiene infinitas cualidades, ¡oh, así tú creas a causa para lograr eso!

---

<sup>2</sup> ཅན་དན་

**La gente que tiene la oportunidad de hacer ofrendas es a menudo perezosa y distraída en esta vida, que es como tirar un diamante a la basura**

Así que, *wow, wow, wow*. Hay tantas ofrendas de agua aquí. ¿Ani Janne las has estado haciendo durante cuántos años? ¿Cuánto tiempo? ¿Cuántos años?

Ven. Janne: 17 o 18.

Rimpoché: ¿Cuántos?

Ven. Roger: 17 or 18.

Rimpoché: ¿Cuántos?

Ven. Janne: 17 or 18.

Rimpoché: 17 o 18. Vaya, vaya, vaya. ¿Te imaginas? *Wow, wow, wow, wow, wow, wow, wow, wow, wow, wow, wow, wow, wow*. Mucha gente estaría celosa de ti. ¿Qué haces por ellos? ¡Haces todas las ofrendas por ellos, para aquellos que están celosos de ti! Sí. Eso es lo que haces por ellos, los que están celosos de ti. Ellos tienen la oportunidad pero son perezosos. No lo hacen. Aunque lo saben, son perezosos. Están distraídos por esta vida. Están ocupados con los asuntos de esta vida. Esta vida tal vez sea por unas semanas, unos meses, unos años. Tal vez para alguien, es un día. Aunque eso sea correcto, aunque sepan que es correcto, pero su mente está ocupada con cosas sin sentido. Día y noche, está tan ocupada con cosas sin sentido, no virtuosas. *Sssh. Tsk, tsk*.

Es como tener un diamante o un oro, lo usas, no sé, lo usas como si fuera un ladrillo. No lo sé. O lo tiras a la basura. Un diamante o un millón, mil millones, zillones de dólares, cosas positivas, un diamante o un oro, lo tiras a la basura. Lo tiras a la basura. Imagínate. Entonces alguien que conoce el valor de eso, *woow*, pensaría que eres un loco. *Waaaw. Bah, bah, bah*. Eso es un desperdicio. *Wow, wow, wow*. Los que saben, no se lo pueden imaginar.

De todos modos, sólo estoy usando eso como un ejemplo.

**Si no tienes el karma, no podrás entender la importancia de hacer ofrecimientos**

Es increíble, increíble. *Tsk, tsk, tsk...* Por supuesto hay mucha gente que no lo sabe. No lo saben. Son totalmente ignorantes. No sólo no aprovechas para liberarte, no te das libertad a ti mismo. Incluso si crees que es verdad, no te das libertad a ti mismo para hacer ofrendas de agua. En cambio, te das libertad a ti mismo para hacer muchas otras cosas sin sentido. Te das libertad a ti mismo para hacer muchas otras cosas sin sentido, cosas no virtuosas, la causa de los reinos inferiores. Es así día y noche, pero tu mente piensa: «Lo hago por mi felicidad», pero estás totalmente equivocado. Así que, ése es el karma de los seres.

La mayoría de los seres no tienen forma de practicar. No hay forma de entender. No tienen el karma para comprender. Incluso si lo explicas, no lo creen. Incluso si lo explicas, no lo creen. Si no tienes el

karma, es así. Incluso si lo explicas correctamente, no lo creen. Sobre las cuatro nobles verdades, sobre Buda, Dharma y Sangha, sobre las cuatro nobles verdades, sobre la realidad, no lo creen. Si no tienen el karma, incluso si lo explicas correctamente, no lo creen. Incluso si lo explicas con tanta lógica, toda la filosofía que conoces, tanta lógica que demuestras, pero si no tienen el karma, no lo entienden. Si tienen el karma y los méritos, entonces con unas pocas palabras pueden entenderlo. Lo sienten.

Así que, si realmente piensas sobre los beneficios de hacer ofrendas, es una sorpresa increíble. *Tsk*. Algunas personas tienen un karma increíble, tienen la oportunidad y lo están haciendo, *wow, wow, wow*, tan afortunados, tan afortunados. Pero la mayoría de los seres no tienen ni siquiera la oportunidad de entenderlo. Tienen miedo, incluso si lo explicas correctamente.

### **La motivación para escuchar las enseñanzas**

Entonces, la motivación... Estamos aquí escuchando las enseñanzas no solo para alcanzar el estado de paz, la liberación del samsara. Ése no es el verdadero propósito de la vida. El verdadero propósito es poder beneficiar a los seres. Poder liberar a los innumerables seres de los océanos de sufrimiento samsárico. Nunca han estado libres del sufrimiento samsárico. Piensa eso. Piensa eso.

El propósito de tu vida ahora es liberarlos de los océanos de sufrimiento samsárico, de los que nunca se han librado, desde renacimientos sin principio. Piensa en eso.

No sólo eso, sino además el poder llevar a los innumerables seres del infierno, los innumerables espíritus hambrientos, los innumerables animales, los innumerables seres humanos, suras, asuras, los seres de estado intermedio, los llevas al cese total de las oscuridades y al logro de las realizaciones, *sang gyä*, por ti mismo. *Bah, bah, bah*. Así que, para eso, ése es el propósito de la vida. Entonces, para eso, uno mismo necesita alcanzar la iluminación para poder beneficiarlos perfectamente, sin errores.

### **Ya que incluso para ser camarera necesitas aprender a comportarte, para alcanzar la iluminación necesitas hacer meditación y practicar el dharma**

En Occidente, incluso si quieres conseguir un trabajo como camarera, hay todo un aprendizaje. Aprendes que cuando la gente viene, debes decir: «Hola», y debes decir: «¿Cómo estás?» No sólo haces esto; sino que tienes que hacer que se sientan a gusto, les sonríes, eres agradable, amable. Y cuando terminan, les dicen: «Adiós». No recuerdo todas las palabras que se dicen pero cuando aprenden a ser camareras, aprenden a hacer feliz a la gente para que quieran volver.

Pues exactamente así, si queremos llegar a iluminar a todos los seres, no puedes hacerlo con la ignorancia. Tienes que desarrollar tus cualidades, necesitas iluminarte tú. Por eso necesitamos practicar la meditación. Es por eso que necesitamos practicar el dharma. No se trata de tener una mente tranquilita y en paz, no, no se trata de eso solo. Es como si hay una gran piedra y la empujas. Trabajas muy duro en algo -estoy dando un ejemplo- y después te relajas. Tienes paz. Porque



trabajaste muy duro, entonces tienes paz. Sólo estoy usando eso como ejemplo. Después de un gran esfuerzo, tienes paz, *oooooooooh*. Pero aquí de lo que se trata es que tu mente tiene que lograr la iluminación completa, no parcialmente. Tienes que poder ver todo el pasado, al mismo tiempo, todo el pasado, presente y futuro, al mismo tiempo, *aaaah*, porque eso te permite ayudar de manera perfecta. Y para eso necesitamos la meditación, para eso practicamos el dharma. Ése es el verdadero objetivo.

Por lo tanto, con esa motivación voy a escuchar las enseñanzas. De acuerdo... De acuerdo.

No terminé el tema la última vez, así que hoy pretendo extenderme un poco más. Además, tengo que hacer la transmisión oral del *Sutra de la Gran Liberación*.

### **Cada voto que tomas con bodichita beneficia a cada uno de los seres**

Mencioné el otro día sobre los beneficios de tomar los ocho preceptos mahayana. Incluso los cinco votos laicos, los votos upasika. Y los expliqué con el ejemplo de los cuatro hermanos armoniosos, uno enseña a los demás. El pájaro, que es la encarnación del Buda Guru Shakyamuni, enseña a los tres hermanos a vivir bajo los cinco preceptos y esos tres enseñan a otros pájaros. Luego al conejo... Uno por uno, no recuerdo exactamente quiénes eran. Uno era el hermano de Buda, Chungawo. Luego, tal vez uno era Sharipu, tal vez. No lo recuerdo. Luego, uno, el elefante, era Kungawa, Ananda. Tal vez. En fin. El elefante enseña a los demás. El mono enseña a otros. El conejo... Todos cumplieron el voto, los cinco preceptos. Y gracias a que todos los animales vivían de acuerdo a esta ética de abstenerse de las acciones negativas, el país prosperó, y en el campo, oh, *sssh*, hubo tantas cosechas. *Bah, bah, bah*. Las lluvias llegan en el momento justo. Todo es exacto. Así que ese cambio ocurrió en el país, no por el rey ni el ministro, sino por mantener esa ética.

Porque mantener incluso un voto, dos votos, es un beneficio increíble para el mundo, para el país. Y si tomas los ocho preceptos mahayana con bodichita, y visualizas innumerables budas y bodisatvas, los objetos en los que nos refugiamos y ante quienes prometemos que los vamos a mantener, es una gran diferencia.

### **Qué hermoso es que la bodichita no deje a nadie fuera**

Hay mucha diferencia entre los ocho votos laicos y los ocho preceptos mahayana. Los ocho *nyen nä*,<sup>3</sup> *nyen* significa que te acercan al nirvana. Por eso hay una gran diferencia. Dependiendo de los votos que tomes con bodichita, eso beneficia a CADA UNO de los seres, sin excluir a ninguno, ni a hormiga, mosquito o pequeño insecto que vive en una piedra húmeda o en ese tronco, no dejas fuera a ningún ser. Tomas los preceptos mahayana para todos. Es tan bondadoso, tan compasivo. Es tan importante para cada ser. *Lama khyen, lama khyen*.

---

<sup>3</sup> བསྐྱེན་གནས་

Cuando piensas en los problemas que enfrentan los seres humanos... Por ejemplo, ahora con el virus, que la gente está atravesando momentos muy difíciles: sin trabajo, sin comida, sin dinero... Y luego todos los problemas que son de guerras, hambre, enfermedades. *Wow*. Es tremendo realmente. Entonces, con bodichita tomas los votos para todos y cada uno, sin dejar a ninguno fuera, *wow*, qué maravilloso, qué precioso es poder hacer esto. Lo haces para todos y cada uno, sin dejar a ninguno fuera. Tienes que darte cuenta de esto.

### **Necesitas acumular muchos méritos solo para escuchar la palabra «bodichita»**

Tienes que ser consciente de esto. Recuérdalo: hazlo con bodichita. Y no pienses «*oh bodichita, bodichita*», sin más. No. tienes que ser consciente, verlo claro como si lo vieras en un espejo. Lo maravillosa que es la bodichita. Porque cualquier cosa que hagas con bodichita la estás haciendo por tooodos y caada uno de los seres. *Bah, bah, bah. Lama khyen, lama khyen.*

Los seres de todos los universos. No sólo para los que no puedes ver en este mundo, no sólo para esos, hay innumerables universos, así que lo hacemos para todos. También para los que no vemos. Los incluimos a todos. *Aaaah*. Y ésa es la mejor práctica. Incluso para escuchar la palabra «bodichita» necesitas muchos méritos. Solo para escuchar la palabra «bodichita» tienes que haber acumulado muchos méritos.

### **Porque Gen Losang comió excrementos mientras estaba en prisión en el Tíbet, pudo sobrevivir e ir a la India donde revivió el budismo**

Había una historia... En un monasterio de monjas que se llama.... ¿Cómo se llama?

Ven. Roger: Bigu.

Rimpoché: Bigu. Pues ahí había un monje muy famoso, Gen Losang, de Sera Je, creo que fue el abad de allí, muy experto en lógica *Pramanavartika, Madhyamaka*, todos estos textos filosóficos. Creo que una vez Su Santidad fue a verle y se llevó la mano de Gen Losang a su cabeza para que este le bendijera. Creo que tenía miles de discípulos. Gueshes muy eruditos, muy eruditos, de los centros de la FPMT, especialmente en Kopan, son discípulos de Gen Losang, tienen muy buena preparación. Creo que, como el actual Ganden Tripa, es maestro de muchos de los gueshes que están en Occidente. Os contaba esto porque cuando Gen Losang estuvo en la cárcel tuvo que comer excrementos y por eso luego pudo ir a la India y revivir el budismo. *Wooooow*. Tantos monjes y discípulos se beneficiaron. *Wow, wow, wow*. Básicamente, esa es la historia.

### **No se enseña a la gente en el mundo que una mente positiva conduce a acciones positivas y que estas acciones traen felicidad**

Entonces, ¿qué es lo que puede ayudar al mundo? ¿Qué es lo que puede ayudar a que haya prosperidad y desarrollo en tu país? Que la gente viva con una buena moralidad, una conducta correcta. Eso es lo que va a ayudar a la economía. Tienes que crear esa causa real en tu mente. La

causa no está fuera. Tiene que ver con esa mente positiva, no con una negativa. Igual que cuando plantas semillas venenosas, tendrás frutos venenosos y cuando plantas unas medicinales, dará frutos medicinales. De igual modo, exactamente igual es con tu mente, la felicidad o sufrimiento va a afectar: Una mente negativa se vuelve causa de sufrimiento para ti y para los demás. Igual de una mente compasiva, bondadosa, devota, induce a acciones positivas de cuerpo palabra y mente y de ahí se deriva la felicidad.

Esto es verdaderamente increíble. La gente en el mundo no conoce todas estas cosas a pesar de que hay tanta información en las universidades. En las escuelas nunca se enseña esto. Como no lo conocen, no lo enseñan.

Tanto si crees en el dharma como si no, necesitas estudiar, analizar. Estudiar es tan, tan, tan importante. Analizar para no engañarte, básicamente.

### **Los méritos de mantener un voto por un día son mucho mayores que los méritos de hacer ofrendas extensas a miles de millones de budas**

Bien. Aquí hay una cita en la que se menciona lo beneficioso que es tomar votos. Voy a leerla. Por favor, escuchad con atención. En el *Sutra del rey de la concentración, Do Ting Nge Dzin Gyalpo lä*, Buda dijo:

བསྐྱལ་པ་བྱེ་བ་གང་གྲུའི་བྱེ་སྟེང་དུ།  
དང་བའི་སེམས་ཀྱིས་ཟས་དང་སྐོམ་རྣམས་དང་།  
གདུགས་དང་བ་དན་མར་མའི་སྤེང་བ་ཡིས།  
སངས་རྒྱ་བྱེ་བ་བྲག་ཁྲིག་རིམ་གྱོ་བྱས།

KÄL PA JE WA GANG GÄI JE NYE DU

**Aunque ofrezcas servicio con una mente calmada**

DANG WÄI SEM KYI ZÄ DANG KOM NAM DANG

**a diez millones de budas cien billones de veces,**

DUG DANG BA DÄN MAR MEI THRENG WA YI

**y ofrezcas comida y bebida, sombrillas, banderas y guirnaldas de luces**

SANG GYÄ JE WA TRAG TRIG RIM DRO JÄ

**durante diez millones de eones igualando al número de granos de arena del río Ganges,**

གང་གིས་དམ་ཚེས་རབ་ཏུ་འཇིག་པ་དང་།  
བདེར་གཤེགས་བསྟན་བ་འགག་པར་འགྱུར་བའི་ཚེ།  
ཉིན་མཚན་དུ་ནི་བསྐྱལ་པ་གཅིག་སྟོང་པ།  
བསོད་ནམས་འདི་ནི་དེ་བས་བྱེ་བྲག་འཕགས།

GANG GI DAM CHHÖ RAB TU JIG PA DANG

**los méritos de alguien que disfruta de vivir bajo un voto por un día y una noche,**

DER SHEG TÄN PA GAG PAR GYUR WÄI TSHE  
**cuando el sagrado dharma peligra**  
NYIN TSHÄN DU NI LAB PA CHIG CHÖ PA  
**y las enseñanzas del que ha ido al gozo cesan,**  
SÖ NAM DI NI DE WÄ JE DRAG PHAG  
**son mucho mayores.**

Si se ofrecen parasoles, banderas, guirnaldas de luces, comida y bebida, con la mente en calma durante diez billones de eones, tantos como el número de granos de arena del océano Pacífico, o si se ofrece servicio a cien mil billones por diez millones de budas, cuando el sagrado dharma deviene sumamente extraño y las enseñanzas del que ha ido al gozo se interrumpen, el mérito acumulado por alguien que disfruta de vivir bajo un voto durante un día o una noche, es muy superior al de haber hecho todos esos ofrecimientos.

¿Cuánto tiempo? Diez millones de eones. Diez *sayas* es un *je wa* y diez *je was* es un *dung chur*, cien millones es *sa ya*. Diez *saya* es un *je wa*. Diez millones de *kalpa* es un *je wa*. Tantos como granos de arena del río Ganges, con una mente apacible ofreces comidas, bebidas, parasoles, guirnaldas de luz, como las que tiene Rimpoché en la habitación. Haces ofrecimientos ¿a cuántos budas? A diez millones de *je wa*.

*Käl pa je wa gang gäi je nye du*, el tiempo es de eones. Entonces, ¿cuántos eones? *Je wa*, diez millones. No, no. *Sa ya* y *je wa*, *sa ya* son diez millones. Diez *sa ya* es un *je wa*. Diez *saya* es *je wa*. *Käl pa je wa*, por eones, ¿cuántos eones? *Je wa*. Entonces, el primero es de cien millones, ok, *dung chur*. Diez millones es *sa ya*. Diez *sa ya* es *je wa*. Entonces, diez *je wa* es *dung chur*, cien millones. Ok. Entonces, *Käl pa je wa*, *kälpa*, ¿cuántos *kälpa*? Diez *sa ya*. Entonces, ten *sa ya* en inglés, ¿cómo se dice?

Estudiante: Diez millones. *Sa ya* es diez millones.

Rimpoché: Diez millones, vale.

*Gang gäi je nye du*. Entonces como *Käl pa je wa*, ¿cuántos *kälpa*? Diez millones, *je wa*. Entonces, ¿cuántas? Así, igualando el número de granos de arena del río Ganges, granos de arena del río Ganges. *Käl pa je wa*, *Käl pa je wa*, diez millones, *oh*, ¿cuántos como ese? Igual al número de granos de arena del río Ganges. Primero, tienes que aclarar eso.

*Dang wäi sem kyí*, entonces, «Con una mente tranquila, ofreces comida, bebidas, paraguas, pancartas, guirnaldas de luces», (*Rimpoché señala las guirnaldas de luces navideñas en su habitación*) Esas son guirnaldas de luces. Haces ofrendas para todos esos budas.

Entonces, ¿cuánto mérito? *Woow*, cuánto mérito. ¿Te lo imaginas? *Bah, bah, bah*.

*Gang gi dam chhō rab tu jig pa dang.* Pues cuando el dharma de Buda se está extinguiendo, y las enseñanzas del Buda cesan, el mérito de haber mantenido un solo voto durante 24 horas, solo uno, un día y una noche, esos méritos son muchísimos mayores que todos los que acumularías haciendo todos esos increíbles ofrecimientos durante tantos eones y a tantos budas. Imagínate.

### **Escribe la cita anterior para recordar lo importante que es tomar los votos...**

Ahora puedes darte cuenta. Es importante que recuerdes esta cita, que recuerdes la importancia de tomar votos, de practicar los votos, los ocho preceptos mahayana. Porque todos los podéis tomar. Incluso los monjes completamente ordenados, los gueshes y guelonmas, todos podéis tomarlos. Por ejemplo, las *bhikshunis* que tienen 365 votos también pueden tomar estos ocho preceptos mahayana. *Bah, bah, bah.* Imagínate. Solo por un día tomar un voto. ¡Un día solo! *Wow, wow, wow.* Los méritos que acumulas. No lo voy a repetir pero es taaaaaaantos eones, ese karma que acumulas por hacer ofrecimientos a tantos budas, es increíble, bueno, pues por tomar una persona un solo día un solo voto son muchíiiiisimos más méritos los que se acumulan.

### **Este precioso renacimiento humano es tan precioso porque puedes usarlo para guardar un voto durante un día**

Así te puedes dar cuenta. Conociendo esto puedes darte cuenta de lo que tienes que hacer con tu vida. Cómo la puedes utilizar de la mejor forma. Darte cuenta de que este renacimiento humano es realmente precioso. Os lo he dicho muchas veces. Os lo he dicho como preámbulo a las enseñanzas pero vuelvo una y otra vez a este punto, para que os deis cuenta del valor de esta vida humana que ahora tenemos, *wow, wow, wow.* Porque tienes este cuerpo puedes mantener un voto incluso solo un día, *waaaaw*, y tener todos esos méritos increíbles. Increíble.

Os he hablado ya de todo lo que puedes hacer con este precioso cuerpo humano. Incluso sin entrar de la práctica del tantra, los temas en general hablan de cómo puedes lograr rápidamente la iluminación.

### **Ya que la base de todas las cualidades es mantener la moralidad pura, ésta es muy importante**

Leeré ahora otra estrofa de *Liberación en la palma de la mano*, de Kyabe Pabongka Rimpoché:

[དེ་ཡང་བཤེས་སྒྲིངས་ལས།

DE YANG SHE DRING LÄ

**Carta a un amigo dice:**

འཇིགས་ནི་རྒྱ་དང་མི་རྒྱུ་ལྟེ་ས་བཞིན་དུ།  
ཡོན་ཏན་ཀུན་གྱི་གཞི་རྟེན་ལགས་པར་གསུངས།།

THRIM NI GYU DANG MI GYÜI SA ZHIN DU

**La moralidad es como la tierra para los seres animados e inanimados,**

YÖN TÄN KÜN GYI ZHI TEN LAG PAR SUNG

**es la base de todas las cualidades; protégela bien.**

ཞེས་པ་སྣང་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཞི་ཡིན་པས་ཚུལ་བྲིམས་རྣམ་པར་དག་པ་གལ་ཆེ།

ZHE PA TAR YÖN TÄN THAM CHÄ KYI ZHI YIN PÄ TSHÜL THRIM NAM PAR DAG PA GÄL

CHHE

**Porque es la base de todas las cualidades, guardar una moralidad pura es tan importante.**

*Thrim ni gyu dang mi gyüi sa zhin du*, «La moralidad es como la tierra». Esta tierra, la tierra. Los seres, insectos o seres humanos estamos moviéndonos, desplazándonos por ella. La moralidad es como esa tierra que nos sostiene. *Yön tän kün gyi zhi ten lag par sung*. Protégela bien ya que es el fundamento de tooodas las buenas cualidades. Eso es la moralidad, ese fundamento de todas las cualidades. *Ah-hah*. *Yön tän kün gyi zhi yin*, la base de todas las cualidades es guardar una moralidad pura. Es tan importante.

**Hay grandes beneficios por proteger la moralidad y grandes desventajas por no protegerla**

Kyabe Pabongka dice aquí:

འདི་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པའི་རྩ་བ། བསྟང་ན་པའི་ཡོན་ཏན་ཆེ་ཞིང་། མ་བསྟང་ན་ཉེས་དམིགས་ཀྱང་ཤིན་ཏུ་ཆེ་སྟེ།

DI NI SANG GYÄ TÄN PÄI TSA WA / SUNG NA PHÄN YÖN CHHE ZHING / MA SUNG NA

NYE MIG KYANG SHIN TU CHHE TE

**Ésta es la raíz de las enseñanzas de Buda. Proteger la moralidad tiene grandes beneficios. No hacerlo tiene grandes desventajas.**

**Que las enseñanzas de Buda existan o no en el mundo depende de si la moralidad de la liberación individual existe o no en el mundo**

[འཛམ་བུ་གླིང་དི་]སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ཡོད་མེད་ཀྱང་རྩ་བ་སོ་ཐར་གྱི་ཚུལ་བྲིམས་ལ་རག་ལས། དག་སློང་འདུལ་བ་འཛིན་པ་ཡོད་ན་བསྟན་པ་ཡོད་ལ། དེ་མེད་ན་བྱང་སེམས་རིག་འཛིན་སུ་འདྲ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་། བསྟན་པ་ཡོད་པའི་གོ་མི་ཚོད།

[DZAM BU LING DI] SANG GYÄ KYI TÄN PA YÖ ME KYANG TSA WA SO THAR GYI TSHÜL

THRIM LA RAG LÄ / GE LONG DÜL WA DZIN PA YÖ NA TÄN PA YÖ LA / DE ME NA SEM

RIG DZIN SU DRA ZHIG YÖ KYANG / TÄN PA YÖ PÄI GO MI CHHÖ

**Que existan o no las enseñanzas de Buda en este mundo depende de la raíz, la moralidad de la liberación individual. Si hay un *bikshu* preservando el vinaya, están las**

**enseñanzas de Buda. Si no hay un *bikshu* preservando el vinaya, aunque haya bodisatvas y practicantes tántricos allí, eso no califica que las enseñanzas del Buda estén allí.**

Kyabje Phabongkha dice: *dzam bu ling di*. En este mundo, el que haya enseñanzas de Buda o no depende de su raíz, la moralidad de la liberación individual. Depende de que haya gente manteniendo la moralidad de la liberación individual o no. Desde los cinco preceptos, los treinta y seis votos o los 253 de los guelongs, los 365 de las guelonmas... Si hay *bikshus* que mantienen el vinaya, entonces en ese lugar hay enseñanzas de Buda. En ese país donde haya monjes que mantengan el vinaya, hay enseñanzas de Buda. Si no hay *bikshus* que preservan el vinaya no hay enseñanzas de Buda. Si no hay monjes o monjas completamente ordenados, no hay enseñanzas de Buda. ¿Lo ves?

Ni siquiera bodisatvas y practicantes tántricos son requisito para que haya enseñanzas de Buda en ese país, pero sí que se practique el vinaya. Os podéis dar cuenta ahora de la importancia de los monasterios de monjes y monjas. Ahora os podéis dar cuenta de la importancia de la sangha, por lo que dijo el Buda. Hay muchos que viven con el voto del bodisatva y lo practican y con el voto tántrico, pero esos no son el requisito para que haya enseñanzas de Buda en ese país.

**Después de que Buda pasó al nirvana, el vinaya se convirtió en su sustituto**

དེས་ན། སོ་ཐར་གྱི་མདོ་ལས།

DE NA / SO THAR GYI DO LÄ

**Por eso, Buda dijo en el *Sutra de la liberación individual*:**

ང་ནི་ཐུང་ན་འདས་གྱུར་ན།

འདི་ནི་ཁྱོད་གྱི་རྫོན་པ་ཞེས།

NGA NI NYA NGÄN DÄ GYUR NA

DI NI KHYÖ KYI TÖN PA ZHE

**«Cuando yo pase al estado más allá de la pena,  
el vinaya será mi sustituto»**

ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན།

ZHE SUNG PA ZHIN

Cuando yo pase al estado más allá de la aflicción, la práctica del vinaya será tu buda, será mi sucesor. Las enseñanzas de vinaya serán tu fundador. El vinaya será el representante de Buda. Cuando el Buda Shakyamuni deje su cuerpo, el vinaya será tu buda, tu sustituto de Buda, tu fundador. Eso es lo que dijo el Buda.

## La moralidad en tu continuo mental es la representante de Buda, por eso, cuidala y protégeela

རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་སྟོན་པའི་སྐྱེ་ཚབ་ཡིན་སྟེ་གཅེས་སྤྲུལ་བྱས་ནས་བསྐྱེད་དགོས།

RANG GYÜ KYI TSHÜL THRIM LA TÖN PÄI KU TSHAB YIN NYAM DU CHE TRÄ JÄ NÄ SUNG  
GÖ

**Pensando: «La moralidad en mi continuo mental es la representante de Buda», debes apreciarla y protegerla.**

Que mantengas tu moralidad *Rang gyü kyi tshül thrim*, en tu continuo mental es el sustituto de Buda, el representante de Buda. Buda Shakyamuni, fundador del dharma en el mundo, Bueno, pues tu práctica de la moralidad es la representante de Buda. Eso es lo que Pabongka nos recuerda. Por eso tienes que proteger y cuidar tu moralidad.

## Para proteger tus votos, debes proteger tu mente

El *Bodisatvacharyavatara* (v. 5.1) dice:

[བསྐྱེད་པ་བསྐྱེད་པར་འདོད་པ་ཡིས། །  
རབ་དུ་བརྗོད་མས་ནས་སེམས་བསྐྱེད་སྟེ། །  
སེམས་འདི་བསྐྱེད་པར་མ་བྱས་ན། །  
བསྐྱེད་པ་བསྐྱེད་པར་ཡོང་མི་རུས།

LAB PA SUNG WAR DÖ PA YI

**Los que deseen salvaguardar la práctica**

RAB TU THRIM NÄ SEM SUNG TE

**deben cuidar la mente con mucha atención,**

SEM DI SUNG WAR MA JÄ NA

**porque quienes no protegen su mente,**

LAB PA SUNG WAR YONG MI NÜ

**serán incapaces de proteger su práctica.]**

*Lab pa sung war dö pa yi*, la persona que desee los votos, *Rab tu thrim nä sem sung te*, con todo su esfuerzo, es decir, que se esfuerza intensamente, se esfuerza por proteger los votos, *Sem di sung war*, así protege su mente. *Lab pa sung war yong mi nü*, porque, si no proteges la mente, no puedes proteger los votos.

## El elefante incontrolado de la mente trae los más pesados sufrimientos de los reinos infernales

[El *Bodisatvacharyavatara* (v. 5.2) menciona:

སེམས་ཀྱི་སྐྱེད་པོ་ཡན་བཏང་བས། །



མན་མེད་གཞོན་པ་བྱེད་པ་ལྟར། །  
སྤང་ཆེན་མ་ལུལ་ལྷོས་པ་ཡིས། །  
འདི་ན་དེ་འདྲའི་གཞོན་མི་བྱེད། །

SEM KYI LANG PO YÄN TANG WÄ

**El elefante desatado de mi mente,**

NAR ME NÖ PA JE PA TAR

**crea los sufrimientos del infierno más profundo,**

LANG CHHEN MA THÜL NYÖ PA YI

**mientras que un elefante loco y fuera de control**

DI NA DE DRÄI NÖ MI JE

**es incapaz de crear un daño similar.**

Aquí da un ejemplo. «Si permites que el elefante loco de tu mente», si lo dejas libre, verás que cuando no lo controlas, él te lleva al octavo infierno ardiente de sufrimiento insoportable. Al octavo infierno. El octavo, se llama Nyälwa Narme que, de todos los reinos infernales, es donde se experimenta el sufrimiento más pesado, donde el sufrimiento es más intenso.

Pues si dejas al elefante loco de tu mente sin controlar eso te va a dañar, te va a llevar a ese sufrimiento insoportable de ese infierno y a tener que experimentar durante eones el peor de los sufrimientos. Si no controlas tu mente viviendo en lo votos, tu mente te va a llevar a esos infiernos ardientes, al octavo, a ese estado de sufrimiento insoportable. Por ejemplo, un elefante salvaje no te puede llevar a un reino infernal, a un renacimiento infernal. No puede, sin embargo, tu mente sí. Ese daño no te lo proporciona un elefante descontrolado.

**Fijar el elefante de la mente con la cuerda de la atención elimina todos los miedos y desarrolla todas las virtudes**

[El *Bodisatvacharyavatara* (v. 5.3) dice:

ཀུན་ནས་བྱ་བ་པའི་ཐག་པ་ཡིས། །  
སེམས་ཀྱི་སྤང་པོ་དམ་བཅགས་ན། །  
འཇིགས་པ་ཐམས་ཅད་མེད་འགྱུར་ཞིང་། །  
དགེ་བ་ཐམས་ཅད་ལག་རྟུ་འོང་། །

KÜN NÄ DRÄN PÄI THAG PA YI

**Atando con firmeza al elefante de la mente**

SEM KYI LANG PO DAM TAG NA

**con la cuerda de la atención todo el tiempo,**

JIG PA THAM CHÄ ME GYUR ZHING

**desaparecen todos los temores**

GE WA THAM CHÄ LAG TU ONG

**y todas las virtudes están al alcance de la mano.**

Con atención siempre. Mantén la atención y la vigilancia en la moralidad. Siempre. Atención, el recuerdo, continuamente. Si atas el elefante de tu mente, como cuando a los animales les pones un aro en la nariz, con esa atención y diligencia, si atas así al elefante de tu mente, no tendrás nada que temer y tooodas las virtudes se desarrollarán. Toda la virtud estará en tus manos. *Ah-hah*.

El resto lo daré mañana. No he acabado de presentar todo lo que quería, pero voy a dejarlo aquí y voy a transmitir algunas páginas del *Sutra de la gran liberación*.

### **Transmisión oral del *Sutra de la gran liberación*.**

Este sutra es un rescate inmediato de los reinos inferiores. Y a partir de ahí la liberación y la iluminación.

Recordad la motivación. «Para liberar a los innumerables seres de los océanos de sufrimiento samsárico y llevarlos a la iluminación por mí mismo, solo, debo lograr la gran iluminación. Por eso, voy a recibir la transmisión oral del *Sutra de la gran liberación*». Muy bien. Yo la recibí, la mitad de Kyabje Kirti Tsenshab Rimpoché, de un libro muy bonito del Tíbet y luego la recibí completa de Kyabje Khyongla Rato Rimpoché.

*(Rimpoché da la transmisión de algunas páginas)*

Pararé aquí, página 56.

### *Dedicaciones*

#### **Dedicación para generar la bodichita**

Debido a todos los méritos pasados, presentes y futuros acumulados por mí, los méritos de los tres tiempos acumulados por los innumerables seres y los innumerables budas, que la bodichita se genere en nuestra mente, en los miembros de nuestra familia, en los amigos, en los extraños, en tooodos los amorosos seres madre. Y en aquellos en los que se ha generado la bodichita, que aumente.

JANG CHHUB SEM CHHOG RIN PO CHHE

**Que la suprema joya de la bodichita**

MA KYE PA NAM KYE GYUR CHIG

**que no ha nacido, surja y crezca,**

KYE PA NYAM PA ME PA YI

**y que la que ya ha nacido no disminuya**

GONG NÄ GONG DU PHEL WAR SHOG

**sino que aumente más y más.**

### **Dedicación para realizar la vacuidad**

Luego realiza la vacuidad con el significado del surgimiento dependiente, y el surgimiento dependiente con el significado de la vacuidad, que es la visión de Buda, la visión de Nagarjuna, la visión de Lama Tsong Khapa, también la visión de Milarepa, la visión de Padmasambhava.

KHOR DÄ RANG ZHIN DÜL TSAM ME PA DANG

**El samsara y el nirvana no tienen un solo átomo de existencia inherente,**

GYU DRÄ TEN DREL LU WA ME PA NYI

**mientras que causa y efecto y el surgir dependiente son infalibles.**

PHÄN TSHÜN GÄL ME DROG SU CHHAR WA YI

**Solicito tus bendiciones para discernir el significado del pensamiento de Nagarjuna:**

LU DRUB GONG DÖN TOG PAR JIN GYI LOB

**Que ambos aspectos son complementarios y no contradictorios.**

### **Dedicación para la enfermedad**

Y ahora rezamos por toda la gente, en particular por aquellos que contrajeron el virus. Cuántos seres haya enfermos, que se curen de la enfermedad, que se liberen de la enfermedad rápidamente. Y que nunca experimenten la enfermedad los seres.

SEM CHÄN NÄ PA JI NYE PA

**Que todos los enfermos**

NYUR DU NÄ LÄ THAR GYUR CHIG

**se liberen rápidamente de sus dolencias.**

DRO WÄI NÄ NI MA LÜ PA

**Que ninguna de las enfermedades**

TAG TU JUNG WA ME PAR SHOG

**que hay en el mundo vuelva a producirse.**

*(Rimpoché repite tres veces la oración)*

Así que, los seres que están enfermos, que no puedan nunca renacer en los reinos inferiores. Que todos sus deseos tengan éxito inmediatamente de acuerdo al sagrado dharma y que generen la bodichita y no hagan daño a los innumerables seres, sino que les beneficien. Y que alcancen la iluminación tan rápido como sea posible.

### **Dedicación para los que han muerto**

Y por los que han muerto, en particular, por el virus, todos los seres que han muerto en general, todos los que dependen de mí, por los que prometí rezar, cuyo nombre me han dado, no sólo este año, este mes, esta semana, los últimos años, incluimos a todos ellos, que nunca jamás renazcan... Debido a todos los méritos pasados, presentes y futuros acumulados por mí, por todos los méritos de los tres

tiempos acumulados por innumerables seres e innumerables budas, que nunca renazcan en los reinos inferiores, y que nazcan en una tierra pura donde puedan lograr la iluminación, o por lo menos recibir un perfecto renacimiento humano, encontrar enseñanzas mahayana, encontrar al amigo virtuoso perfectamente cualificado que revele el camino inequívoco, seguir el camino completo a la iluminación, y luego, complaciendo la sagrada mente del amigo virtuoso, que logren la iluminación lo más rápido posible. Bien, dedicamos así por los que han fallecido. ¿Cuántos muertos? ¿Cuántos, cientos de millones?

Ven. Roger: ¿Por el virus?

Rimpoché: Sí.

Ven. Roger: No lo sé cuántos han muerto hoy.

Rimpoché: No, no hoy. Todos juntos. Creo que varios cientos de millones, varios cientos de miles. ¿Son cinco mil? ¿Quinientos?

Ven. Roger: Medio millón.

Rimpoché: ¿Medio millón?

Ven. Roger: ¿Quiere decir en el mundo?

Rimpoché: En el mundo.

Sean: 550,000.

Ven. Roger: 550,000. ¿En América o en el mundo? ¿En América?

Rimpoché: En el mundo entero. ¿Medio millón?

Ven. Roger: 550,000.

Ven. Janne: Hay más de un millón de casos.

Rimpoché: ¿Qué?

Ven. Janne: Los que han muerto, Rimpoché, son más de medio millón.

Rimpoché: Ok, ok.

Ven. Janne: Pero los enfermos son más de diez millones.

Rimpoché: Los que han muerto son más de medio millón, más de medio millón. Ok.

### **Oraciones de dedicación de *La guirnalda preciosa*, de Nagarjuna**

Debido a todos los méritos del pasado, presente y futuro acumulados por mí, todos los méritos de los tres tiempos acumulados por los innumerables seres y los innumerables budas, que pueda ser usado por los seres de acuerdo a sus deseos. Que sea como el agua, la tierra, el fuego, el viento, como las

medicinas, como la leña en los bosques, que sin ningún impedimento, sin resistencia, los seres puedan disfrutar de mí y aprovecharse de mí completamente.

Fíjate, normalmente si, por ejemplo, un grupo de gente te usa piensas «oh, están abusando de mí». Lo pensamos como algo fatal que se aprovechen de uno. Pero aquí hablamos de la práctica del bodisatva. El bodisatva disfruta, quiere ser útil para los demás. Que hagan de ti lo que quieran. Ésa es la actitud del bodisatva. Shantideva no era ignorante. No. Shantideva no era ignorante. Era un gran pandita de Nalanda. Pero la gente piensa: «oh, se están aprovechando de mí». Y piensas que eso es terrible, que te están usando para aprovecharse de ti. Pero resulta que esa es la actitud del bodisatva. Entonces, ¿qué pasa? ¿Los bodisatvas están tontos, son ignorantes por dedicarse de esta forma a los demás? Pues es precisamente por eso que uno va a la iluminación. Entonces ¿qué significaría?, ¿que los budas son ignorantes? ¿Y los budas y bodisatvas son ignorantes por tener esa actitud? Nooo. Ellos son seres elevados, realizados, mucho más que tú, pero tú piensas: «Se están aprovechando, se están aprovechando». Pero ellos están mucho más avanzados que tú, y es por esa actitud precisamente.

Entonces, esta otra estrofa: «Que pueda considerar a los seres como lo más precioso». Igual que nosotros pensamos que somos tan valiosos, tan importantes, siempre pensamos en nuestra felicidad, pues que podamos tener esa actitud hacia todos y cada uno de los seres, considerarlos lo más importante, a cada insecto, a cada hormiga, considerarlos como los más precioso, y así toda tu felicidad pasada, presente y futura te viene de ellos, de los budas de los tres tiempos, Buda, Dharma y Sangha. También viene de cada insecto, de cada ser. Dharma, Sangha, el dharma viene de Buda, la sangha viene del dharma. Así, todo viene de todos ellos, de ese pequeño insecto, de ese mosquito que te molesta tanto. Toda tu felicidad pasada, presente y futura viene de estos seres. Incluso este renacimiento humano que te permite practicar el dharma, viene de ellos.

Cada día, cada hora, cada minuto, cada segundo, el que puedas lograr o no la iluminación depende de ellos. Que puedas lograr la iluminación y poder así liberarte del samsara, la felicidad de las vidas futuras. Por lo tanto, toda la felicidad de tu pasado, presente y futuro viene de los seres. Entonces, comprendiendo esto, de la misma forma que consideras tu yo como lo más importante, así genera esa actitud hacia todos y cada uno de los seres, que son tan preciosos, tan importantes y a los que quieres tanto como a tu vida o más.

«Toda tu felicidad viene de los demás, sin embargo, todo el sufrimiento viene del yo. Por lo tanto, suelta el yo y estima a los demás». Es decir, practica el *tonglen*: tomar el sufrimiento de los demás y ofrecer tu felicidad a los demás. Piensa en esto.

Y aquí en esta estrofa, Su Santidad ha dado un matiz diferente, ha cambiado el comentario que recibí de él en Drepung. Dice: «Que pueda llegar a ser el amigo virtuoso de los seres y ellos me estimen y a partir de ahí logren toda la felicidad e iluminación».

Y la siguiente estrofa: «pueda el sufrimiento de los seres madurar en mí».

Visualiza que todo el sufrimiento y las causas del sufrimiento, la no virtud, la tomas, la recibes de todos los seres infernales, espíritus hambrientos, humanos, suras, asuras. Hazlo ahora. Eso destruye el pensamiento egoísta, tu yo egocéntrico, el yo emocional, que diríamos en Occidente, que es una forma de expresar el yo real, el yo verdaderamente existente. Ahora imagínate que todo ese sufrimiento está vacío, totalmente. Daña tu raíz de samsara, tu ignorancia, manteniéndola así. Medita en esto... (pausa).

Tómalo con compasión. Y ahora ofrece tu felicidad y sus causas, tus méritos, todo, incluyendo los resultados, toda la felicidad, incluyendo la iluminación, ofrécesela a los seres. Completamente. *Dag ge ma lü der min shog*, que mi felicidad, *Dag ge ma lü*, madure en ellos, en todos y cada uno de los seres. Esa es la meditación, así que se la das a todos los seres. Bien. (pausa)

Entonces, «aunque yo alcanzara la iluminación, mientras haya seres que no hayan sido liberados del samsara, pueda yo permanecer para liberarles».

Eso es todo.

### **Dedicación para sellar los méritos con la vacuidad**

Debido a todos los méritos pasados, presentes y futuros acumulados por mí, todos los méritos de los tres tiempos acumulados por innumerables seres e innumerables budas, que existen como mero nombre, pueda yo, que existo como mero nombre, lograr la budeidad, que existe como mero nombre, y conducir a toodos los seres, que existen como mero nombre, a esa budeidad, que existe como mero nombre, por mí mismo, solo, que existo como mero nombre.

### **Dedicación para que se cumplan los deseos de Su Santidad**

Y ahora, por Su Santidad, recordando su bondad y pidiéndole que tenga una larga vida y sus santos deseos se cumplan, reza.

JIG TEN KHAM DIR PHÄN DE MA LÜ PA  
**Joya que concedes y colmas los deseos,**  
GANG LÄ JUNG WÄI SAM PHEL YI ZHIN NOR  
**fuelle de todo beneficio y felicidad en este mundo,**  
KA DRIN TSHUNG ME TÄN DZIN GYA TSHO LA  
**a ti, de bondad incomparable, Tenzin Gyatso, te suplico:**  
KU TSHE TÄN CHING THUG ZHE LHÜN DRUB SHOG  
**que todos tus sagrados deseos se cumplan espontáneamente.**

### **Dedicación para la larga vida de Lama Zopa Rimpoché.**

THUB TSHÜL CHHANG ZHING JAM GÖN GYÄL WÄI TÄN  
**Tú, que sostienes el camino moral del Subyugador, que sirves como el generoso que lo soporta todo,**

Lama Zopa Rimpoché, Vídeo 47: Este precioso renacimiento es tan precioso porque podemos guardar votos.  
Monasterio de Kopan, Nepal, 2 de julio 2020.

DZIN KYONG PEL WÄ KÜN ZÖ DOG POR DZÄ

**que mantienes, preservas y esparces la victoriosa doctrina de Manjunath;**

CHHOG SUM KUR WÄI LEG MÖN THU DRUB PA

**y que realizas con maestría oraciones magníficas que honran a las Tres Joyas,**

DAG SOG DÜL JÄI GÖN DU ZHAB TÄN SHOG

**salvador mío y de los demás, tus discípulos: te lo ruego, ¡ten una vida larga!**